

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada Bab IV telah diangkat subfokus yang menjelaskan Pola Komunikasi “**Pola Komunikasi *Personal Trainer Dengan Atlet PABBSI Kabupaten Subang***”, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. **Pola Komunikasi** dua arah yang dimana pada saat memberikan pesan atau maksud tersebut diberikan umpan balik secara langsung yang dilakukan oleh atlet maupun pelatih yang dilakukan pada saat berlangsungnya latihan yang dilakukan secara verbal yaitu dengan bahasa atau intonasi suara maupun secara non verbal (isyarat tangan, ekspresi wajah).
2. **Komunikasi Verbal** yang dilakukan oleh para pelatih dan atlet PABBSI Kabupaten Subang yaitu dengan secara langsung maupun tidak langsung yaitu pada saat berlangsungnya kegiatan latihan dan menggunakan sosial media.
3. **Komunikasi Non Verbal** yang diberikan oleh para pelatih kepada atlet yaitu dengan menggunakan gerakan tubuh dalam suatu gerakan atau latihan tertentu dan mimik muka yang memicu semangat.
4. **Hambatan Komunikasi** yang terjadi yaitu terbagi jadi tiga yang pertama yaitu hambatan teknis dimana seringnya terjadi para atlet tidak menerima program yang diberikan oleh pelatih kepada atlet lalu yang kedua hambatan

sematik dimana para atlet terkadang tidak mengerti tentang isyarat yang berikat oleh para pelatih pada saat latihan dan yang terakhir adalah hambatan perilaku dimana para atlet yang dilatih memiliki karakteristik yang berbeda-beda sehingga terkadang para pelatih merasa kewalahan apalagi jika terdapat atlet yang mempunyai kepribadian yang kurang disiplin.

5.2 Saran

Saran penulis menyelesaikan pembahasan pada skripsi ini, maka pada bab penutupan penulis mengemukakan saran sesuai dengan hasil pengamatan dalam membahas skripsi ini. Berikut merupakan saran untuk Atlet dan Pelatih PABBSI Bandung :

1. Saran yang dapat peneliti berikan yaitu untuk pelatih membuat grup diskusi untuk Pelatih dan Atlet diluar jadwal latihan, yang dimana grup tersebut dilakukan agar dapat mengevaluasi terhadap suatu masalah serta dapat mempermudah dalam proses komunikasi dan mengurangi hambatan komunikasi serta dapat saling mengenal satu sama lain dan saling mengerti satu sama lain.
2. Pelatih harus membuat atlet lebih terbuka kepada pelatih dan agar dapat mengungkapkan pendapat agar tidak terjadinya hambatan-hambatan yang sering terjadi.

